

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

Materi yang akan penulis sajikan dalam penelitian yang berjudul “Analisis Pengetahuan Kompetensi “Teknik Dasar Memasak” Pada Siswa Kelas XI SMKN 9 Bandung ” adalah sebagai berikut :

A. Pengertian Analisis

Pengertian analisis jika dilihat dari Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah “penyelidikan terhadap suatu peristiwa (karangan, perbuatan dan sebagainya) untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya” (2002, hlm. 37). Pernyataan yang sama juga dikemukakan oleh Saliman dan Sudarsono (1993, hlm. 20) bahwa “analisis yaitu serangkaian kegiatan meneliti atau mengupas atau menguraikan secara mendalam”, sedangkan menurut Sugiono (2013, hlm. 244) “analisis adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain”.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa analisis merupakan serangkaian kegiatan untuk menyelidiki sebuah peristiwa yang akan dijabarkan untuk mengetahui mengenai keadaan yang sebenarnya terjadi. Analisis yang dilakukan pada pembelajaran kompetensi dasar “Teknik Memasak” bertujuan untuk menilai dan mengetahui sejauh mana pemahaman yang telah dicapai oleh siswa mengenai teknik dasar memasak.

B. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan menurut KBBI adalah “segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan mata pelajaran”. Pengetahuan juga diartikan sebagai “salah satu hasil belajar yang termasuk ke dalam aspek kognitif”(Sudjana, 2005, hlm. 22). Pengertian lain juga menjelaskan bahwa pengetahuan adalah “hasil ‘tahu’ dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek manusia yaitu: indera

penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan peraba” (Notoadmodjo, 2007, hlm. 27).

Pengertian pengetahuan lain juga dikemukakan oleh Bloom (dalam zainal, 2013, hlm.146), Bloom menyatakan bahwa:

Pembelajaran dalam ranah (domain) kognitif atau intelektual dibagi menjadi 6 tingkatan, dilambangkan dengan huruf C (*cognitive*). Secara umum, makin tinggi tingkatannya semakin rumit tujuan pembelajaran itu yaitu :

1. Tingkatan pengetahuan C1 dimana pada level ini maksudnya adalah kemampuan seseorang terhadap materi yang sudah dipelajarinya.
2. Tingkatan pemahaman C2 dimana pada level ini diartikan sebagai kemampuan memahami materi tertentu.
3. Tingkatan penerapan C3 dimana pada level ini diartikan sebagai kemampuan untuk menerapkan pengetahuan dalam ranah yang nyata.
4. Tingkatan analisis C4 merupakan kemampuan menguraikan suatu materi menjadi bagian-bagiannya.
5. Tingkatan sintesis C5, sintesis yang dimaknai sebagai kemampuan untuk memproduksi.
6. Tingkatan evaluasi C6, evaluasi diartikan sebagai kemampuan menilai ‘manfaat’ suatu benda/hal untuk tujuan tertentu berdasarkan kategori yang jelas.

Melihat penjelasan-penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan hasil belajar yang termasuk kedalam aspek kognitif (CI), seseorang yang telah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, dimana pengetahuan merupakan hal yang sangat penting untuk menunjang hasil belajar seseorang. Pada penelitian ini penulis akan membahas mengenai penguasaan kemampuan kognitif khususnya pada tingkat pengetahuan siswa tentang teknik dasar memasak.

C. Gambaran Umum Mata Pelajaran Boga Dasar

Mata Pelajaran Boga Dasar di dalam struktur kurikulum SMK/MAK 2013 SMKN 9 Bandung termasuk ke dalam kelompok C2 (Dasar Program Keahlian). Mata pelajaran Boga Dasar merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib ditempuh oleh siswa Jasa Boga. Mata pelajaran ini dipelajari di kelas X dan sangat berpengaruh terhadap mata pelajaran yang akan dipelajari pada kelas XI dan XII.

Mata Pelajaran Boga Dasar memiliki Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar. Kompetensi Inti adalah gambaran mengenai kompetensi utama yang dikelompokkan kedalam setiap aspek sikap, pengetahuan dan keterampilan yang harus dipelajari oleh peserta didik. Kompetensi Dasar adalah konten yang terdiri atas sikap, pengetahuan dan keterampilan yang bersumber dari kompetensi inti. Berikut merupakan kompetensi ini dan kompetensi dasar Mata Pelajaran Boga Dasar kelas X yang terdapat dalam silabus SMKN 9 Bandung. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar akan ditampilkan pada tabel 2.1 sebagai berikut.

Tabel 2.1.
Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Mata Pelajaran
Boga Dasar

KOMPETENSI INTI	KOMPETENSI DASAR
1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.	Mensyukuri karunia Tuhan Yang Maha Esa, melalui pengembangan berbagai keterampilan mengolah dan menyajikan makanan Indonesia sebagai tindakan pengamalan menurut agama yang dianutnya.
2. Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif dan proaktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.	Memiliki motivasi internal dan menunjukkan rasa ingin tahu dalam pembelajaran mengolah dan menyajikan makanan yang diperlukan tubuh. Menunjukkan perilaku ilmiah (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong) dalam melakukan pembelajaran sebagai bagian dari sikap ilmiah.
3. Mahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual dan teknologi, seni, budaya dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk	Menjelaskan teknik pengolahan makanan

KOMPETENSI INTI	KOMPETENSI DASAR
memecahkan masalah.	
4. Mengolah, menyaji dan menalar dalam ranah konkrit dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajari di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif, kreatif, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.	Melakukan berbagai tehnik pengolahan makanan

KI dan KD Mata Pelajaran Boga Dasar juga memiliki tujuan, dimana tujuan tersebut yaitu suatu kegiatan yang merupakan keinginan dan harapan yang ingin dicapai setelah mengikuti suatu kegiatan pembelajaran. Tujuan pembelajaran Boga Dasar dijabarkan sesuai dengan yang dirumuskan dalam kurikulum SMKN 9 Bandung. Tujuan pembelajaran “Teknik Dasar Memasak” pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) SMKN 9 Bandung yaitu:

1. Siswa mampu menjelaskan pengertian teknik memasak.
2. Siswa mampu menjabarkan macam - macam teknik dasar memasak
3. Siswa mampu menyebutkan bahan yang digunakan dalam teknik dasar memasak.
4. Siswa mampu menyebutkan alat yang digunakan dalam teknik dasar memasak.
5. Siswa mampu menyebutkan nama - nama hidangan yang dihasilkan setiap teknik memasak
6. Siswa mampu menjelaskan perbedaan teknik memasak.

D. Materi Dasar Memasak

Penulis menggunakan Bahan Ajar Boga Dasar 1 SMKN 9 Bandung yang ditulis oleh Deddy Surachman dan Gatot Mukti Sutejo, S.Pd dilengkapi juga dengan buku Dasar - Dasar *Food Production, Clasical Cooking* yang menjadi sumber dalam penulisan materi. Penulis menggunakan sumber ini untuk melengkapi kekurangan yang terdapat pada salah satunya. Adapun materi yang dapat penulis sarikan adalah sebagai berikut :

1. Pengertian Memasak

Elies Ariyanty, 2016

ANALISIS PENGETAHUAN KOMPETENSI “TEKNIK DASAR MEMASAK” PADA SISWA KELAS XI SMKN 9 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Manusia dalam kehidupan sehari-hari tidak pernah bisa lepas dari mengonsumsi bahan makanan untuk memenuhi segala kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh agar bisa tetap menjalankan kegiatan. Makanan yang dikonsumsi harus melalui proses dahulu agar makanan tersebut dapat layak untuk dikonsumsi oleh manusia.

Proses dalam pengolahan makanan diantaranya adalah memasak, seperti yang dikemukakan oleh Mulyatiningsih (2007, hlm.11) menyatakan bahwa:

Memasak merupakan sebuah cara mentransformasikan bahan makanan menjadi sesuatu yang berbeda. Transformasi makanan pada umumnya memerlukan pemanasan yang diperoleh dengan cara memindahkan energi dari sumber-sumber panas ke makanan, sehingga molekul yang terdapat pada makanan berubah cepat dan bereaksi ke bentuk dan struktur baru.

2. Prinsip Dasar Memasak

Memasak pada umumnya memiliki 3 prinsip dan berbagai metode dan teknik yang berbeda pada setiap bahan yang akan diolah. Adapun 3 prinsip memasak yang penulis sarikan dari Mulyatiningsih (2001, hlm. 11) yaitu:

- a. *Radiasi*. Objek yang dimasak dikenai panas secara langsung dari sumber panas atau api, baik itu api arang, gas atau listrik. Contohnya, singkong bakar, satai, jagung dan ikan dimana objeknya langsung terkena api arang.
- b. *Konduksi*. Disini panas harus melalui konduktor atau bahan penghantar panas sebagai media sebelum sampai pada objeknya. Contohnya, bila kita memasak dengan *griddle*, *teflon*, panci, dan wajan.
- c. *Konveksi*. Udara panas diputar dalam ruang tertutup rapat agar dapat mematangkan objeknya. Contohnya memasak dengan menggunakan *oven*.

Pemberian panas tersebut akan memberikan efek pada makanan yang diolah seperti yang dikemukakan oleh Bartono dan Ruffino (2006, hlm. 18) pemberian panas pada bahan makanan akan memberikan berbagai efek diantaranya :

- a. Perubahan bentuk pada makanan. Misalnya kerupuk yang kecil akan menjadi mengembang.

- b. Perubahan warna makanan. Misalkan gula atau sirup yang terus dipanasi akan menjadi semakin gelap warnanya dan akhirnya menjadi karamel.
- c. Perubahan rasa. Misalkan jika semangkuk soto dipanaskan terus maka rasanya akan menjadi asin.
- d. Perubahan tekstur dari keras menjadi lunak. Misalnya sayuran menjadi empuk karena selulosanya lembek. Daging menjadi empuk karena *connective tissue* nya putus oleh dikarenakan panas.
- e. Mematikan mikroorganisme
- f. Meningkatkan nilai cerna

3. Sumber Panas untuk Memasak

Memasak memerlukan panas untuk mematangkan bahan makanan. Sumber panas merupakan hal yang harus dipersiapkan terlebih dahulu sebelum memulai mengolah makanan.

Menurut Bartono dan Rufino (2006, hlm. 19) menjelaskan bahwa sumber panas berasal dari:

- 1. Api langsung dari arang, kayu, batu bara, briket dan yang sejenis.
- 2. Api dari gas alam (LPG) ataupun biogas
- 3. Api dari elemen listrik
- 4. Api dari BBM dari jenis minyak tanah atau kerosin
- 5. Menggunakan panas steam
- 6. Panas dari radiasi *microwave*

4. Metode Memasak / *Cooking Method*

Metode pengolahan yang dapat digunakan pada hidangan ada bermacam-macam dan tergantung pada jenis bahan yang digunakan ataupun dari resep hidangan itu sendiri. Penerapan metode-metode memasak memiliki karakteristiknya tersendiri yang dibedakan dengan teknik yang berbeda disetiap metode yang digunakan. Menurut Bartono dan Rufino (2006, hlm.18),

Memasak adalah berbagai cara yang dilakukan seseorang untuk membuat bahan makanan layak untuk dikonsumsi cara memasak/*cooking method* dapat dikelompokkan menjadi 4 yaitu :

- a. *Dry heat cooking*

Memasak dengan panas kering yang dilakukan dengan menggunakan alat dimana panas dapat ditimakan pada bahan, baik dari atas, bawah atau dari atas dan bawah. Panas inilah yang nantinya akan mematangkan bahan

b. *Moist heat cooking*

Memasak dengan panas basah berarti bahan tersebut dipengaruhi oleh air, uap air atau cairan lainnya seperti kaldu, susu, santan. Cairan ini yang akan mematangkan bahan dan sebagai konduktor dari sumber panas.

c. *Fat cooking*

Memasak dengan minyak atau *fat* (lemak) berarti bahan dimasukan kedalam minyak panas sedikit maupun banyak berupa minyak kelapa sawit, olive, jagung *margarine* atau *butter*.

d. *Microwave cooking*

Memasak dengan gelombang *mikro* untuk mematangkan bahan makanan.

Berdasarkan modul Boga Dasar SMKN 9 Bandung, penulis membatasi metode memasak ini hanya terdiri dari 2 yaitu metode panas kering/ *Dry heat* dan metode panas basah/ *Moist heat*. Hal ini bertujuan agar pada saat pembuatan instrumen bentuk pertanyaan disesuaikan dengan apa yang sudah dipelajari siswa pada saat proses pemberian materi berlangsung.

5. Teknik Memasak

Teknik memasak merupakan cara yang dilakukan untuk mematangkan bahan makanan yang didasarkan pada jenis dan karakter suatu bahan makanan yang akan diolah. Teknik memasak disini penulis sarikan dari buku dasar- dasar *food production* karangan Bartono dan Ruffino (2006, hlm. 92-152)

a. Metode Panas Kering/ *Dry Heat*

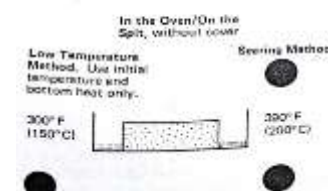
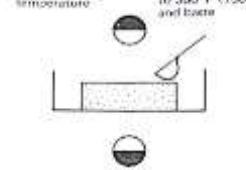
Metode panas kering / *Dry Heat* merupakan metode yang menggunakan radiasi langsung dari sumber panas yang berupa api, elemen panas atau arang tepat mengenai objek yang akan dimasak. Teknik memasak yang termasuk ke dalam metode ini diantaranya adalah:

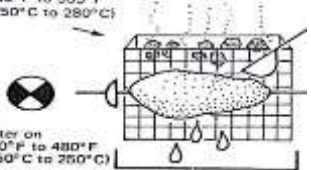
1) *Roasting*

Roasting adalah teknik memasak dengan cara memanggang bahan makanan dalam bentuk yang besar di dalam oven. Teknik ini selain menggunakan oven juga dapat dilakukan dengan cara memasak dengan api langsung. Berikut adalah tabel

yang menunjukkan *basic cooking* teknik *roasting* yang dijelaskan pada tabel 2.2 sebagai berikut.

Tabel 2.2
Basic Cooking Teknik Roasting

<i>Basic Cooking</i>	<i>Principle/Procedure</i>	<i>Use</i>
<p>8.10 Roasting – Rotir</p>  <p>Sumber: <i>Clasikal Cooking The Modern Way</i></p>	<p><i>Low temperature method for meat : top quality meat with a fat cover is not seared. Insert a meat thermometer so the bulb is in the center of the largest muscle of the meat. Roast meat fat side up in oven at 300°F to 350°F. (150°C to 177°C) until the thermometer register the desired degree of doness. Do not cover and do not add liquid.</i></p> <p><i>Searing methode for meat: Sear meat in fat at 390°F (200°C). Insert a meat thermometer so the bulb is in the center of the largest muscle of the meat and place roast in oven preheated to 300°F (150°C). Roast and baste frequently until thermometer registers the desired degree of doneness.</i></p>	<p><i>For top grades of meat with a fat covering: prime rib, rib eye, sirloin, rump roast, and turkey</i></p> <p><i>For larges pieces of fish , poultry, game, and meat without a fat covering and potatoes.</i></p>
<p>Roasting, continued</p>  <p>Sumber: <i>Clasikal Cooking The Modern Way</i></p>	<p><i>For fish: After searing, roast, roast at 230°F (110°C)</i></p> <p><i>For poultry, game, potatoes: After searing, roast at 335°F to 390°F (180°C to 200°C)</i></p>	
	<p><i>Note: The searing method is used for roasting on the spit</i></p>	




Basic Cooking	Principle/Procedure	Use
<p>On the Spit (barbecuing)</p> <p>Initially 480° F to 535° F (250° C to 280° C)</p>  <p>Later on 300° F to 400° F (150° C to 200° C)</p> <p>Sumber: <i>Clasikal Cooking The Modern Way</i></p>	<p>expect the initial heat should be increased slightly and more frequent basting in necessary. The larger the piece of meat, the lower the temperature required after the initial high heat.</p>	

Melihat penjelasan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dalam *roasting* dapat menggunakan bagian hewan yang berlemak seperti iga, tulang rusuk mata, has dalam dan ayam kalkun. Selain bagian hewan yang berlemak dalam metode *roasting* juga dapat menggunakan hewan yang berukuran besar seperti hewan buruan.

Proses pengolahan dalam teknik *roasting* dengan menggunakan bagian hewan yang berlemak langkah pertama yang dilakukan adalah dengan cara memanggangnya terlebih dahulu dengan suhu rendah di atas *pan* hingga permukaan bahan yang diolah menjadi kecoklatan, hal ini dilakukan agar pada saat proses pembakaran dengan suhu yang tinggi tidak banyak cairan yang ke luar yang menyebabkan bagian dalam bahan yang diolah menjadi kering karena tertahan oleh lapisan luar dan sesekali harus disiram dengan cairan lemak yang ke luar agar bumbu dapat meresap. Berikut adalah nama alat, contoh bahan dan contoh hidangan yang menggunakan teknik *roasting* yang disajikan dalam tabel 2.3 sebagai berikut.

Tabel 2.3.
Nama Alat, Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Roasting*







No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	<p>Oven Listrik</p>  <p>Sumber: Tokopedia.com</p>	<p>Daging Ayam Utuh</p>  <p>Sumber: lovingchinoo.wordpress.com</p>	<p><i>Chicken Roast with honey</i></p>  <p>Sumber: fandomshipsandconfessions.tumblr.com</p>

2	 <p>Mesin Roasting</p> <p>Sumber: www.Bukalapak.com</p>	<p>Daging Bebek Utuh</p>  <p>Sumber: http://www.rasa.my</p>	<p>Maple Leaf Farm Duck</p>  <p>Sumber: blog.lakupon.com</p>
---	--	--	---

Alat untuk teknik *roasting* pada umumnya menggunakan oven, dengan udara yang panas dalam oven itulah yang akan mematangkan bahan makanan yang diolah. Salah satu contoh aplikasi teknik *roasting* yang penulis sajikan adalah hidangan *Clasic Chicken Roast*, bahan utama yang digunakan adalah satu ekor ayam utuh dan alat yang digunakan adalah oven skala rumah tangga. Berikut cara pembuatannya penulis sajikan pada tabel 2.4 sebagai berikut.

Tabel 2.4.
Langkah-Langkah Membuat *Clasic Chicken Roast*
Proses Membuat *Clasic Chicken Roast*

Proses Membuat <i>Clasic Chicken Roast</i>			
 <p>1. Siapkan alat, seperti oven, benang kasur, loyang dan <i>aluminium foil</i>.</p>	 <p>2. Siapkan bahan, seperti ayam utuh, bawang putih <i>chopped</i>, daun tyme, sayuran, lada, garam, butter, minyak zaitu dan lemon</p>	 <p>3. Alasi loyang dengan <i>aluminium foil</i> untuk menahan suhu panas.</p>	 <p>4. Oles <i>aluminium foil</i> dengan minyak zaitun agar tidak lengket.</p>

 <p>5. Panaskan dan atur oven dengan suhu 200° C</p>	 <p>6. Buat rongga antara daging dan kulit ayam hal ini dilakukan agar bumbu dapat meresap hingga keseluruhan bagian.</p>	 <p>7. Lumuri dengan lada garam dan air jeruk lemon .</p>	 <p>8. Masukkan <i>butter</i>, bawang putih dan daun <i>thyme</i> ke dalam perut ayam</p>
 <p>9. Hal yang sama juga dilakukan pada lapisan antara daging dan kulit ayam</p>	 <p>10. Ratakan bumbu ke seluruh bagian tubuh ayam</p>	 <p>11. Masukkan perasan jeruk lemon ke dalam perut ayam</p>	 <p>12. Ikat pada bagian kaki yang berujung pada bagian kepala ayam agar bentuk ayam yang dihasilkan rapih.</p>
 <p>13. Ikat pada bagian leher</p>	 <p>14. Masukkan ke dalam oven yang telah dipanaskan selama 45 menit</p>	 <p>15. Siapkan sayuran yang terdiri dari wortel dan kentang potong dadu lalu tambahkan garam merica dan minyak zaitun</p>	 <p>16. Setiap 15 menit sekali ayam dioles dengan cairan yang keluar dari tubuh ayam</p>


 <p>17. Pada 10 menit terakhir tambahkan sayuran pada ayam yang sedang di <i>roasting</i></p>	 <p>18. Angkat ayam saat sudah matang</p>	 <p>19. Sajikan</p>
--	--	---

Langkah – langkah tersebut umumnya digunakan untuk semua bahan yang akan di olah menggunakan teknik *roasting*. Teknik *roasting* dalam prosesnya terdapat langkah – langkah yang tidak boleh terlewatkan pada bahan makanan yang diolah seperti pada langkah no 5 yaitu memanaskan oven terlebih dahulu dan langkah no 16 mengolesi dengan lemak atau cairan yang keluar dari bahan makanan tersebut, karena jika tidak dilakukan akan menyebabkan bahan makanan kering.

2) *Baking*

Baking merupakan teknik memasak dengan panas kering oleh konveksi uap udara panas dari segala arah oven. *Baking* umumnya digunakan dalam pembuatan roti, *cakes*, *pastries*, *pie*, dan *tart*. Prinsip dasar *baking* yaitu panaskan oven sesuai dengan suhu yang diperlukan sebelum bahan makanan masuk ke dalam oven. Panas kering dalam proses *baking* akan merubah struktur tepung dalam makanan dan menyebabkan permukaan makanan mengalami karamelisasi/pencoklatan. Berikut merupakan *basic cooking* dalam teknik *baking* pada tabel 2.5 sebagai berikut.

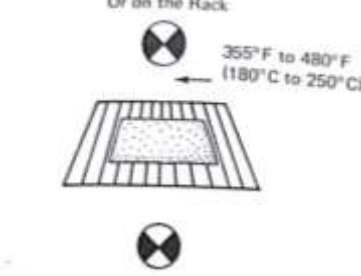
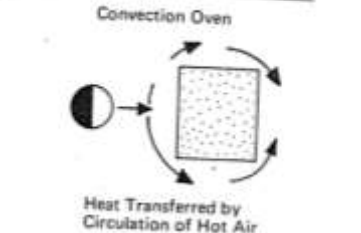
Tabel 2.5.
Basic Cooking Teknik Baking

<i>Basic Cooking</i>	<i>Principle/Procedure</i>	<i>Use</i>
	Set heat reack gulator at desired temperature. Place food on greased sheet or rack or use modls in oven without adding either fat or liquid and bake to desired degree of	For potatoes and pasta dishes and for many desserts, tarts, pies, and cakes: for fish and ham

Elies Ariyanty, 2016

ANALISIS PENGETAHUAN KOMPETENSI “TEKNIK DASAR MEMASAK” PADA SISWA KELAS XI SMKN 9 BANDUNG








Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Sumber: <i>Clasikal Cooking The Modern Way</i>	<i>doneness. Increase or decrease heat as stated in recipe. May also be use for drying at lower temperature.</i>	
<p>Baking, continued Or on the Rack:</p>  <p>355°F to 480°F (180°C to 250°C)</p> <p>Convection Oven</p>  <p>Heat Transferred by Circulation of Hot Air</p> <p>Sumber: <i>Clasikal Cooking The Modern Way</i></p>	<p><i>A convection oven may also be used for baking. A slightly higher temperature Is required in a convection oven than in a conventional oven. Foods that are to be regenerated should be covered.</i></p>	<p><i>The foods listed above may be baked in a convection oven. For regeneration of convenience foods</i></p>

Prinsip dasar *baking*, lakukan persiapan dengan membuat adonan dengan mengaduk semua bahan secara merata sesuai dengan resep yang digunakan. Panaskan oven terlebih dahulu hingga mencapai suhu yang diinginkan. Tata adonan dalam *baking pan* yang sudah diolesi dengan *margarine* masukkan dalam oven sesuai dengan waktu yang dibutuhkan. Berikut adalah nama alat, bahan dan olahan yang menggunakan teknik *baking* akan disajikan pada tabel 2.6 sebagai berikut.

Tabel 2.6.
Nama Alat, Bahan Dan Nama Hidangan Dalam Teknik *Baking*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	Oven listrik rumah tangga	Tepug Terigu	Kue Soes

	 <p>Sumber: www.amazon.com</p>	 <p>Sumber: 3.bp.blogspot.com</p>	 <p>Sumber: nnutami.wordpress.com</p>
2	<p>Oven Industri</p>  <p>Sumber: yannyherliani.blogspot.co.id</p>		<p>Roll Cake</p>  <p>Sumber: metriyani94.wordpress.com</p>
3	<p>Oven tradisional</p>  <p>Sumber: http://bakerpinter.blogspot.co.id</p>		<p>Roti</p>  <p>Sumber: www.pastrytandatanya.com/</p>

Salah satu hidangan yang menggunakan teknik baking adalah dalam pembuatan kue soes dengan bahan utama yang diperlukan adalah tepung, telur dan *margarine*. Berikut langkah – langkah pembuatan kue soes akan disajikan pada table 2.7 sebagai berikut.

Tabel 2.7
Langkah-Langkah Membuat Kue Soes Dengan Teknik *Baking*

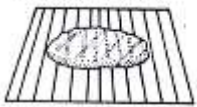
Proses membuat Kue Soes			
 <p>1. Siapkan alat, seperti <i>sauce pan</i>, <i>wishk</i> dan sendok</p>	 <p>2. Loyang, kertas roti dan <i>piping bag</i></p>	 <p>3. Siapkan bahan seperti, tepung terigu, telur, susu dan <i>margarine</i></p>	 <p>4. Masukkan air ke dalam <i>sause pan</i></p>
 <p>5. Masukkan margarin lalu panaskan hingga tercampur rata</p>	 <p>6. Masukkan tepung terigu aduk rata hingga hangat kuku</p>	 <p>7. Masukkan telur aduk rata</p>	 <p>8. Masukkan ke dalam <i>piping bag</i></p>
 <p>9. Gunting bagian ujung <i>piping bag</i></p>	 <p>10. Tuangkan dalam loyang</p>	 <p>11. Panggang dalam <i>oven</i> dengan 180°C selama 45menit</p>	 <p>12. Setelah matang biarkan suhu turun dan keluarkan dari dalam <i>oven</i></p>


 <p>13. Gunting bagian tengah kulit soes</p>	 <p>14. Masukkan vla pada bagian tengah</p>	 <p>15. Sajikan</p>
---	--	---

3) *Grilling*

Proses memasak dengan teknik *grilling* memerlukan alat yang dinamakan *grill*. Kata *grill* sendiri berasal dari *grid of wire* (panggangan kawat) yang disiapkan untuk membakar makanan. Istilah di Amerika untuk teknik ini disebut *broiling*, yaitu memasak bahan makanan diatas *pan* yang diberi sedikit lemak. Berikut adalah *basic cooking* untuk teknik *grilling* yang disajikan pada tabel 2.8 sebagai berikut







Tabel. 2.8
Basic Cooking Teknik Griling


<i>Basic Cooking</i>	<i>Principle/Procedure</i>	<i>Use</i>
<p>Broiling/Grilling – Grill</p> <p>Without Cover At the Beginning</p>  <p>430°F to 480°F (220°C to 250°C)</p> <p>Sumber: <i>Clasikal Cooking The Modern Way</i></p>	<p>Brush food with seasoned oil and marinate for approximately 30minute(optional). Place on rack. The heat source may be from above, below, or both. Use high heat at beginning to seal the pores, lower the temperature and cook to desired degree of doneness. Use high heat for small pieces, and a more moderat heat for larger pieces.</p>	<p>For small and medium sized pieces of meat (chops, cutlets, sirloin, steaks, chatea, mixed grill), poultry, sausage, small fish and selfish. Vegetablesor potatoes may be wrapped in aluminium foil.</p>

 <p>Sumber: <i>Clasikal Cooking The Modern Way</i></p>		
---	--	--

Memasak menggunakan teknik *grilling* membutuhkan suhu antara 200 - 280°C, panas yang diperoleh dapat berasal dari bahan bakar kayu, arang, batu bata bahkan dapat pula menggunakan panas yang bersumber dari listrik. Prinsip dasar dari teknik *grilling* adalah daging yang digunakan harus muda, berkualitas baik dan sebelum diolah bahan makanan harus di *marinate* dengan bumbu. Daging dimasak sesuai dengan yang diinginkan yaitu *rare*, *medium* atau *welldone*. Berikut nama alat, bahan dasar dan hasil hidangan yang menggunakan teknik *grilling* yang disajikan pada tabel 2.9 sebagai berikut.


Tabel 2.9
Nama Alat,Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Grilling*



No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	Alat Pemanggang sate  Sumber: www.bukalapak.com	Potongan Daging  Sumber: ews.kemendag.go.id	<i>Beef Steak</i>  Sumber: http://duniapixie.blogspot.co.id/
2	Alat untuk Memanggang Sosis  Sumber: www.bukalapak.com	<i>Fillet Ikan</i>  sumber: grosiramazonplus.com	<i>Grilled Fish</i>  Sumber: http://www.resepresepmasakan.com/

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
3	Alat Grill yang Menggunakan Gas  Sumber: http://www.vinoonlineshops.com	Daging Ayam  Sumber: m.infospesial.net	Grilled Chicken Drumstick  Sumber: barusip.blogspot.co.id

Salah satu hidangan yang menggunakan teknik *grilling* adalah *Grilled Chicken with Honey* dengan bahan dasar *fillet* dada ayam. Berikut langkah – langkah proses pembuatan yang dijelaskan pada tabel 2.10

Tabel 2.10
Langkah-Langkah Membuat *Grilled Chicken With Honey* Dengan Teknik *Grilling*


Proses Membuat <i>Grilled Chicken With Honey</i>			
 1. Siapkan alat	 2. Fillet bagian dada ayam	 3. Masukkan ke dalam bumbu yang telah disiapkan	 4. Letakkan fillet ayam di atas plat besi yang sudah panas berkisar antara 220 – 250°C

 <p>5. Diamkan selama 5 menit balik bagian sisi lainya pada tahap ini suhu yang baik diturunkan hingga berkisar 150 - 200°C jika kedua sisinya sudah matang lalu angkat.</p>	 <p>6. Sajikan bersama perasan jeruk lemon</p>
---	--

4) *Sauteing*

Sauteing atau di Indonesia lebih dikenal dengan nama menumis adalah teknik memasak dengan menggunakan sedikit minyak. Makanan yang di *sauté* sebaiknya telah di *marinated* (direndam dalam bumbu). Berikut alat dan bahan yang digunakan dalam teknik saute yang disajikan pada tabel 2.11 sebagai berikut:

Tabel. 2.11
Basic Cooking Teknik Saute

Basic Cooking	Principle/Procedure	Use
 <p>Sumber: Klasikal Cooking The</p>	<p>Heat small quantity of fat in a sauté pan (sauteuse). Add food and sauté quickly (avoid rapid loss of heat) a griddle is often used but is not suitable for finely sliced meats</p> <p>Note: the term pan frying is often used interchangeably with sautéing a larger amount</p>	<p>In sauté pan (sauteuse): finely sliced. meat and poultry, fish, vegetables and potatoes: sauté by moving (shaking) pan constantly.</p> <p>In large sauté pan (sautoir): chops, poultry, small fish: without shaking pan, just brown</p>

Elies Ariyanty, 2016

ANALISIS PENGETAHUAN KOMPETENSI “TEKNIK DASAR MEMASAK” PADA SISWA KELAS XI SMKN 9 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

<i>Basic Cooking</i>	<i>Principle/Procedure</i>	<i>Use</i>
<i>Modern Way</i>	<i>of fat is used for pan frying. Pan frying is principally used for poultry, larger fish, and other foods that are sometimes finished at low temperature in the oven.</i>	<i>and turn food.</i>

Kesimpulan dari tabel di atas adalah prinsip dasar *sauté* adalah siapkan daging atau bahan lainnya yang akan di *sauteing* dengan membersihkan dan memotong sesuai resep, panaskan minyak/lemak dalam *pan* dengan suhu 160°C-240°C, masukkan daging dan *saute* sebentar hingga daging kecoklatan, bila daging sudah kecoklatan, masukan bahan lain yang diinginkan. Teknik *sautéing* banyak digunakan karena prosesnya yang sangat singkat karena bahan – bahan yang diolah adalah bahan yang sederhana seperti sayuran dan daging yang tidak memiliki banyak serat. Salah satunya adalah *vegetable sauté*, hidangan ini biasanya di gunakan sebagai pelengkap pada *steak* dengan bahan utama sayuran seperti wortel, jagung, buncis kol, brokoli. Berikut contoh nama alat, bahan dasar dan hasil olahan dengan menggunakan teknik *sautéing* yang disajikan pada table 2.12 dan salah satu aplikasi teknik *saute* pada sayuran akan disajikan pada tabel 2.13 sebagai berikut.

Tabel 2.12
Nama Alat,Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Saute*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1.	<i>Pan</i>	Daging Sapi Has Dalam	Beef Stir –Fry with French Fries

 <p>Sumber: id.aliexpress.com</p>	 <p>Sumber: http://www.infoternak.com/</p>	 <p>Sumber: www.recipeshubs.com</p>
	<p>Daging Ayam Bagian Dada</p>  <p>Sumber: hidingprinceofborneo.wordpress.com</p>	<p>Chicken Saute With Vegetables</p>  <p>Sumber: www.yelp.com</p>
	<p>Sayuran</p>  <p>Sumber: archive.kaskus.co.id</p>	<p><i>Vegetables Saute</i></p>  <p>Sumber: www.eyeonspain.com</p>

Tabel 2.13

Langkah-Langkah Membuat *Vegetable saute* Dengan Teknik *Saute*


Proses Membuat <i>Vegetables saute</i>			
 <p>1. Siapkan sayuran telah dicuci. Bersih dan dipotong</p>	 <p>2. Siapkan bumbu, seperti bawang putih, kecap ikan, garam, merica</p>	 <p>3. Tumis bawang putih yang telah di <i>chopped</i> dengan sedikit minyak - 240°C hingga harum</p>	 <p>4. Masukkan sayuran yang sudah disiapkan dengan suhu berkisar antara 160 – 240 °C.</p>

Proses Membuat <i>Vegetables saute</i>		
 <p>5. Tambahkan garam merica dan kecap ikan</p>	 <p>6. Masak sebentar dengan api besar sambil di bolak balik/<i>stir</i></p>	 <p>7. Sajikan</p>

5) *Frying*

Frying merupakan teknik memasak dengan menggunakan minyak yang panas sehingga makanan yang dihasilkan kering dan berwarna kecoklatan. Suhu yang digunakan dalam menggoreng adalah sekitar (160⁰C - 180⁰C). Berikut adalah *basic cooking* dalam teknik *frying* pada tabel 2.14 sebagai berikut.

Tabel. 2.14
Basic Cooking Teknik Frying

<i>Basic Cooking</i>	<i>Principle/Procedure</i>	<i>Use</i>
<p>Deep-Fat Frying – Frire</p>  <p>Sumber: Clasikal Cooking the Modern Way</p>	<p>Place shortening or oil in deep fat fryer and keep thermostat at 200 F (93C) until fat is melted. Set thermostat at required temperature.</p> <p>Food should be dry and at room temperature before frying. (frozen, blanched potatoes and shrimp are exceptions. Fry only small quantities of food at one time to avoid absorption of fat and loss of temperature. Do not salt over the fryer.</p>	<p>For fish, meat poultry, vegetables, potatoes, turnovers, fritters, doughnuts, and other dessert</p>

Memasak dengan teknik *frying* terdapat 2 cara yaitu *deep frying* merupakan menggoreng dengan menggunakan minyak dalam jumlah panas dan suhu yang tinggi dan *pan frying* merupakan menggoreng bahan makanan dengan minyak sedikit

dengan menggunakan alat *pan*. Berikut adalah nama alat, bahan dan hasil olahan yang menggunakan teknik *frying* pada tabel 2.15 sebagai berikut.

Tabel 2.15
Nama Alat,Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Frying*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	<p><i>Deep Fry Pan</i></p>  <p>Sumber: www.wmfamericas.com</p>	<p><i>Calamary</i></p>  <p>Sumber: http: m.royco.co.id</p>	<p><i>Crispy Calamary</i></p>  <p>Sumber: http:travel.kompas.com</p>
2	<p>Wajan Cekung</p>  <p>Sumber: <i>Pan Frying</i></p>	<p>Daging Ayam</p>  <p>Sumber: m.infospesial.ne Ayam fillet Ayam Fillet</p>	<p><i>Fried Chicken</i></p>  <p>Sumber: http://www.wish-bone.com/</p>
3	 <p>Sumber: id.aliexpress.com</p>	 <p>Sumber: Indonesia.alibaba.com</p>	<p><i>Shallow fried Chicken with shallot</i></p>  <p>Sumber: easycookingnbaking.com</p>

Salah satu penggunaan teknik *frying* adalah pada pengolahan kentang goreng atau *FrenchFries* dengan bahan utama kentang dan minyak banyak, berikut akan disajikan langkah – langkah dalam proses pembuatan *French Fries* pada table 2.16.





Tabel 2.16
Langkah-Langkah Membuat French Fries Dengan Teknik DeepFrying
 Proses Membuat *French Fries*

 <p>1. Siapkan alat</p>	 <p>2. Siap minyak goreng</p>	 <p>3. Siapkan kentang</p>	 <p>4. Nyalakan api</p>
 <p>5. Tuangkan minyak</p>	 <p>6. Panaskan minyak hingga 160 - 180°C</p>	 <p>7. Goreng hingga warna <i>golden brown</i></p>	 <p>8. Angkat dan tiriskan</p>
<div style="text-align: center;">  <p>9. Sajikan</p> </div>			

Kunci dari mengolah bahan makanan dengan menggunakan *deep frying* adalah minyak yang panas dan banyak yang akan menghasilkan tekstur renyah pada bahan makanan.

Teknik *frying* selain dengan teknik *deep frying*, mengolah bahan makanan dapat menggunakan teknik *shallow frying* dimana bahan yang diolah sesekali bolak balik untuk membuat permukaan bahan makanan menjadi kecoklatan dalam *pan* yang datar. Salah satu hidangan yang menggunakan teknik *shallow frying* adalah *Pan Fried Fish with Lemon and Parsley* dengan bahan dasar *fillet* ikan. Berikut adalah langkah – langkah dalam proses pembuatan *Pan Fried Fish with Lemon and Parsley* yang disajikan pada table 2.17

Tabel 2.17
Langkah-Langkah Membuat *Pan Fried Fish With Lemon* Dengan Teknik *Shallow Frying*

Proses Membuat <i>Pan Fried Fish With Lemon</i>			
			
1. S iapkan bahan - bahan	2. P eras jeruk lemon da chope pitersele	3. I otong ikan menjad 5 bagian	4. S iapkan bahan yang telah disiapkan

			
5. P anaskan wajan yang telah di beri minyak zaitun	6. Masak ikan di atas pan dengan minyak panas balik jika salah satu sisi sudah kecoklatan	7. Ika sudah matang , bersihkan <i>pan</i> dengan <i>tissue</i>	8. P anaskan <i>butter</i>
			
9. T uangkan air perasan lemon ke dalam <i>pan</i>	10. M asukan petersali	11. I asak sebentar tuangkan diatas ikan	12. S ajikan

b. Metode Panas basah / *Moist Heat Cooking*

Metode *moist heat cooking* adalah cara mematangkan bahan makanan dengan menggunakan bantuan panas suatu cairan yang dapat berupa air, kaldu, saus, santan, susu atau bahan cair lainnya. Biasanya *moist heat* ini digunakan untuk mebuat *soup*, *boiller*, *stimmer* dan lainnya yang mengharuskan menggunakan air yang panas terlebih dahulu. Memasak dengan *moist heat* menggunakan alat- alat yang disesuaikan dengan kebutuhan, yaitu alat- alat yang mampu menampung cairan. Adapun teknik- teknik yang termasuk kedalam metode *moist heat cooking* adalah:

1) *Boiling*

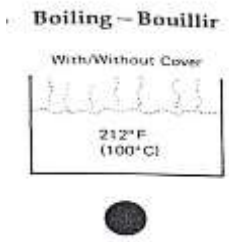
Boiling merupakan teknik memasak di dalam air mendidih, ketika bahan cair dipanaskan hingga titik didih 100°C. Berikut adalah tabel *basic cooking* teknik *boiling* yang disajikan pada tabel 2.18 sebagai berikut.

Elies Ariyanty, 2016

ANALISIS PENGETAHUAN KOMPETENSI “TEKNIK DASAR MEMASAK” PADA SISWA KELAS XI SMKN 9 BANDUNG







Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu




Tabel 2.18
Basic Cooking Teknik Boiling

Gambar	Procedur	Penggunaan
 <p>Sumber: Clasikal Cooking the Modern Way</p>	<p><i>Depending on type of food, add cold or hot water; heat to near boiling point, and allow to bubble or keep just below boiling point (simmer), with or without lid.</i></p> <p><i>In cold water with cover: Reason: to allow food to absorb water and cook evenly and to prevent toughness and hardness on exterior surface.</i></p> <p><i>In cold or stock without cover Rason: cooking at temperature under boiling point will prevent cloudiness</i></p> <p><i>In boiling water with cover: Reason: food cooks more quickly and retains more vitamins, minerals and color.</i></p> <p><i>In rapidly boiling water without cover: Reason starch on exterior of pasta gelatinizes and boiling water keeps pieces from adhering to each other.</i></p> <p><i>In boiling water or stock without cover: Reason : To control simmering gently. Add more liquid if necessary</i></p>	<p><i>Allow to boil: Potatoes, dried vegetables, and bones stocks</i></p> <p><i>Do not allow to boil: Clear stock, clear broths and eat jellies</i></p> <p><i>Allow to boil: begetables</i></p> <p><i>Allow to boil rapidly: Pasta and rice</i></p> <p><i>Allow to boil at beginning Blanched eat and poultry(beef,veal,mutton, lamb, chicken</i></p>

Cairan yang dapat digunakan adalah air biasa, kaldu, susu, dan santan. Pada prinsipnya teknik dasar *boiling* cairan harus mendidih 100°C, untuk menghemat energi sebelum dididihkan alat penerus harus ditutup dan dibuka ketika bahan makanan akan dimasukan. Buih yang ada di atas permukaan air harus dibuang untuk menghindari bersatunya kembali ke dalam cairan yang akan mempengaruhi mutu makanan. Alat perebusan harus disesuaikan dengan cairan dan jumlah bahan makanan yang akan diolah. Berikut adalah nama alat, bahan dan hasil olahan yang menggunakan teknik *boiling* yang disajikan pada tabel 2.19 sebagai berikut.

Tabel 2.19
Nama Alat,Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Boilling*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	<p><i>Stock Pot</i></p>  <p>Sumber: http://sudut-rumah.com/</p>	<p>Daging</p>  <p>Sumber: http://www.anneahira.com/</p>	<p><i>Chicken Soup</i></p>  <p>Sumber: http://www.resepayam.net</p>
		<p>Pasta</p>  <p>Sumber: www.foodbanknsw.org.au</p>	<p><i>Spaghetty</i></p>  <p>Sumber: http://www.fotosearch.com/</p>
		<p>Umbi –umbian</p>  <p>Sumber: www.vemale.com</p>	<p><i>Potato Soup</i></p>

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
			 <p>Sumber: cookpad.com</p>
		Sayuran  <p>Sumber: http://sidomi.com/</p>	Soup  <p>Sumber: http://kulinologi.co.id/</p>

Salah satu hidangan yang dapat menggunakan teknik *boiling* adalah ketika membuat *hard boiling egg* (merebus telur). Berikut akan dijelaskan langkah-langkah proses pembuatannya pada table 2.20 sebagai berikut.

Tabel 2.20
Langkah-Langkah Membuat *Hard Boilling Egg* Dengan Teknik *Boiling*
Proses membuat *Hard Boilling Egg*

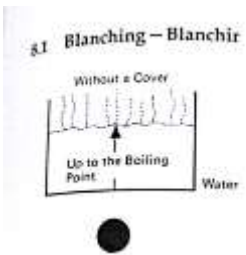
 <p>1. Masukkan telur kedalam pan dan isi air hingga menutupi permukaan telur</p>	 <p>2. Nyalakan api hingga maksimal</p>	 <p>3. Masak hingga timbul gelembung besar selama 8 menit</p>	 <p>4. Tutup pan untuk mempercepat proses pengolahan</p>
--	--	---	---

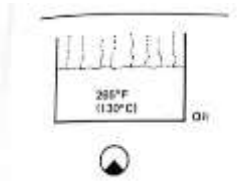
Proses membuat <i>Hard Boilling Egg</i>			
			
5. Angkat dan masukan ke dalam air dingin	6. Retakan kulit telur	7. Kupas kulit telur	8. Telur siap untuk dikonsumsi

2) *Blanching*

Blanching merupakan teknik memasak dengan cara mencelupkan bahan makanan ke dalam air mendidih yang ditambahkan sedikit garam dalam waktu yang singkat 1-2 menit. *Blanching* sendiri sering digunakan dalam proses persiapan (*preparing*). Tujuan dari proses *blanching* ini adalah untuk membebaskan bahan makanan dari kotoran. Melepaskan kulit bahan, contohnya pada tomat. Menyiapkan bahan dalam keadaan setengah matang. Berikut adalah tabel basic cooking yang disajikan pada tabel 2.21 sebagai berikut



Tabel 2.21
Basic Cooking Teknik Blamching

Gambar	Procedur	Penggunaan
 <p>Sumber: Clasikal Cooking the Modern Way</p>	<p><i>Place food in a large quantity of cold water (1:10). Bring to a boil for a short time. Rinse and plunge into col water quickly to prevent further cooking if the food is nt be used imediatey</i></p>	<p><i>In cold water. Bones and certain cuts of meat. To open the pores and to leech out excess salt fro cured ham or salt pork and to reove impurities , strong flavors and excess blood from some foods.</i></p>
	<p><i>Place a smallamount of food in a large quantity of rapidly boiling water (1:10) Bring to a boil again. Plunge food in cold water, drain, and refrigerate if the foods is not to be used</i></p>	<p><i>In hot water: vegetables and potatoes. To close pores and to retain color and nutrients. In hot oil: fish ,</i></p>

Gambar	Procedur	Penggunaan
 <p>Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way</p>	<p><i>immediately.</i></p>	<p><i>vegetables, and potatoes</i></p> <p><i>Note: blancing is often a preliminary process in any methods of cooking , in hot oil, it is equivalent to a pre – frying process.</i></p>









Pada prinsipnya teknik dasar *blanching* adalah didihkan air hingga mencapai suhu 100°C dengan perbandingan antara air dan bahan makanan adalah 1:10 tambahkan sedikit garam ke dalam air, masukkan bahan makanan yang akan *diblanching*, lalu tunggu hingga mendidih kembali dan angkat. Berikut adalah nama alat, bahan dan hidangan yang diolah dengan menggunakan teknik *blanching* yang di sajikan pada table 2.22.

Tabel 2.22
Nama Alat,Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Blanching*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	<p><i>Sauce Pan</i></p>  <p>Sumber: opalcellok.blogspot.co.id/</p>	<p>Sayuran</p>  <p>Sumber: pedulisehat.info.com</p>	<p><i>Vegetable saute</i></p>  <p>Sumber: Jogjabagus.com</p>

Salah satu aplikasi teknik *blanching* yang sering digunakan adalah pada sayuran. Berikut adalah langkah – langkah dalam *blanching* sayuran yang akan dijelaskan pada tabel 2.23.

Tabel 2.23
Langkah-Langkah Membuat *Vegetables Blanching*
Proses Membuat *Vegetables Blanching*

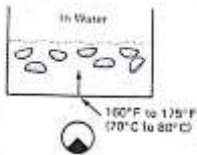
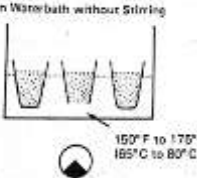
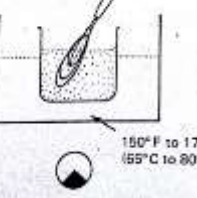
			
1. Siapkan alat pengolahan	2. Masukkan air kedalam sauce pan	3. Panaskan air hingga mendidih yang ditandai dengan munculnya gelembung besar pada permukaan air	4. Masukkan garam dan wortel
			
5. Masukkan brokoli lalu tunggu hingga air mendidih kembali.	6. Angkat menggunakan <i>sieve</i> .	7. Masukkan ke dalam air es agar menghentikan proses pematangan.	8. Angkat kembali dan sayuran siap diolah kembali untuk berbagai hidangan

3) *Poaching*

Poaching merupakan proses merebus di bawah titik didih, suhu sekitar 70 – 80°C dengan menambahkan cuka dan garam ke dalam air. Air perebusan ini

dinamakan *poaching liquor*. Berikut adalah tabel yang menunjukkan *basic cooking* teknik *poaching* yang disajikan pada tabel 2.24 sebagai berikut.






Tabel 2.24
Basic Cooking Teknik Poaching

Gambar	Procedur	Penggunaan
<p>Poaching, continued</p>  <p>Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way</p>	<p>Immerse food into water, stock, court bouillon. Or water bath and cook uncovered at 160 F to 175 F (70 C to 80 C)</p>	<p>In water; dumplings, variety meats, smoked pork, sausages and eggs</p>
<p>In Water bath without Stirring</p>  <p>Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way</p>		<p>In water bath without stirring :in beakers and molds farces stuffing, puddings, fillings, potatoes, vegetables, timbales, sweet and royanle (eggs mixes)</p>
<p>With Stirring</p> 		<p>In double –ing water bath with stirring creams , sponge mixture and sauces S a Note: poachingis a gentle cooking process, which prevents the food from drying out. A losa of albumin occurs at temperature above 175 F</p>

Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way		80 °C
---	--	-------










Prinsip dasar *Poaching* adalah panaskan air hingga suhu 70°C – 85°C, tambahkan cuka dan garam ke dalam air, bahan makanan harus tertutup seluruhnya oleh cairan. Berikut adalah nama bahan, alat dan hidangan yang menggunakan teknik *poaching* yang disajikan pada tabel 2.25 sebagai berikut

Tabel 2.25
Nama Alat, Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Poaching*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	 Sumber: http://opalcellok.blogspot.co.id	Telur  Sumber: http://www.alodokter.com/	<i>Poach Egg</i>  Sumber: http://www.bettycrocker.com/
		Ikan <i>Fillet</i>  Sumber. Ruahnuget.com	<i>Poached Fish</i>  Sumber: http://www.cookingforengineers.com/

Salah satu olahan yang menggunakan teknik *poaching* adalah pada pembuatan *poach egg* dengan bahan dasar telur. Berikut adalah langkah-langkah dalam proses pembuatan *poach egg* yang disajikan pada tabel 2.26 sebagai berikut

Tabel 2.26
Langkah-Langkah Membuat *Poach Egg* Dengan Teknik *Poaching*
Proses Membuat *Poach Egg*

			
1. Siapkan alat	2. Siapkan bahan	3. Masukkan air ke dalam panci	4. Nyalakan api dan kecilkan
			
5. Masukkan garam dan cuka	6. Masukkan telur pada saat air sudah muncul gelembung – gelembung kecil.	7. Putar air perlahan agar telur tidak menempel pada permukaan panci	8. Jika sudah 2 menit angkat telur dan buang sisa air yang terbawa
			
9. Sajikan dengan ditaburi sedikit merica			


4) *Simmering*

Simmering adalah teknik memasak bahan makanan dalam cairan yang dijaga pada titik didih air yaitu rata- rata 94⁰C. *Simmering* digunakan untuk menjamin perlakuan yang lebih halus dari perlakuan *boilling*. *Simerring* ini digunakan pada saat

proses memasak yang membutuhkan waktu yang lama. Tujuan dari teknik *simmering* adalah untuk mengeluarkan zat ekstraktif pada bahan makanan.

Prinsip dasar *Simmering* adalah air titik didih air harus dijaga agar tetap konstan yaitu sekitar 94°C. Selama proses *simmering* bahan makanan harus seluruhnya tertutup cairan, buih atau kotoran yang terapat di atas permukaan cairan harus dibuang. Berikut adalah nama alat, bahan dan hasil olahan yang menggunakan teknik *simmering* yang disajikan pada tabel 2.27 sebagai berikut.

Tabel 2.27
Nama Alat, Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Simmering*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	 Sumber: http://sudut-rumah.com/	Tulang sapi  Sumber: http: siputnews.com	White Stock  Sumber: redcookbook.net
		Tulang ayam  Sumber : www.udstar-supplierayam.com	Chicken Stock  Sumber : bacaterus.com

Salah satu hidangan yang menggunakan teknik *simmering* adalah pada pembuatan *stock*. Pembuatan *stock* memakai 2 teknik yaitu *boiling* dan *simmering*. Berikut adalah langkah – langkah dalam pembuatan *stock* dengan bahan dasar tulang ayam yang disajikan pada tabel 2.28

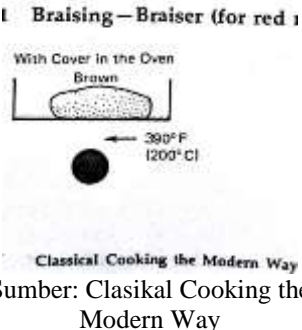
Tabel 2.28
Langkah-Langkah Membuat *Chicken Stock* Dengan Teknik *Simmering*
Proses Membuat *Chicken Stock*

 <p>1. Siapkan bahan dan alat</p>	 <p>2. Potong – potong bahan, masukkan kedalam <i>stock pot</i></p>	 <p>3. Masukkan air</p>	 <p>4. Masak dengan teknik <i>boiling</i> hingga muncul foam di permukaan</p>
 <p>5. Angkat <i>foam</i> agar <i>stock</i> yang dihasilkan berkualitas baik</p>	 <p>6. Masak kembali dengan teknik <i>simmering</i> selama 2 jam dengan api kecil</p>	 <p>7. Saring cairan menggunakan kain agar menghasilkan <i>stock</i> yang jernih</p>	 <p>8. <i>Stock</i> siap dipakai untuk berbagai hidangan</p>

5) *Braising*

Braising berasal dari bahasa Prancis ‘braiser’ yaitu teknik memasak dengan pemanasan lembab/basah. Berikut adalah tabel basic *cooking* teknik *braising* yang akan disajikan pada tabel 2.29 sebagai berikut.

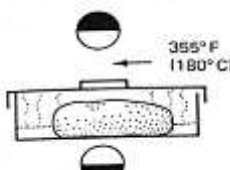
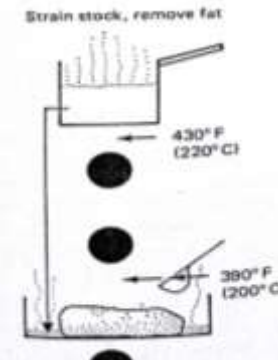
Tabel 2.29
Basic Cooking Teknik Braising

Gambar	Procedur	Penggunaan
 <p>1 Braising—Braiser (for red meat)</p> <p>With Cover in the Oven</p> <p>Brown</p> <p>300° F (150° C)</p> <p>Classical Cooking the Modern Way</p> <p>Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way</p>		

Elies Ariyanty, 2016

ANALISIS PENGETAHUAN KOMPETENSI “TEKNIK DASAR MEMASAK” PADA SISWA KELAS XI SMKN 9 BANDUNG


Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

 <p>Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way</p>	<p><i>Red meat :brown quickly in fat a high temperature. Drain pour red wine or marinade over meat and reduce to a glaze. Fill pan ½ full of brown stock and braiser at medium temperature . basic and turn meat. Reduce stock , strain and pour over the meat . braise uncovered until tender</i></p>	
 <p>Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way</p>		

Teknik ini dipakai untuk mengolah daging yang keras atau alot agar menjadi empuk. Memasak dengan teknik ini diperlukan cairan yang dapat merendam $\frac{3}{4}$ dari bagian daging, selain digunakan untuk daging teknik ini juga digunakan pada sayuran yang memiliki tekstur keras. Prinsip dasar *braising* adalah daging dipotong-potong, lalu di *sears* (tumis) hingga kecoklatan, tuangkan *brown sauce* yang encer agar dapat merendam daging dan beri bumbu. Alat memasak tutup rapat. *Simmer* sebentar diatas tungku agar bumbu meresap, masukkan dalam oven dengan suhu tinggi, setelah selesai sajikan dengan air sisa perebusan sebagai saus. Berikut adalah nama alat, bahan dan hasil olahan yang menggunakan teknik *braising* yang disajikan pada tabel 2.30 sebagai berikut.

Tabel 2.30

Nama Alat, Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Braising*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	<p><i>Sauce Pan</i></p>  <p>Sumber: opalcellok.blogspot.co.id</p>	<p>Daging Sapi</p>  <p>Sumber: http://www.universalmeat.co.uk/</p>	<p><i>Braised Beef</i></p>  <p>Sumber: http://www.bhg.com/</p>
		<p>Daging Ayam</p>  <p>Sumber: m.infospesial.ne</p>	<p><i>Braised Chicken With Vegetables</i></p>  <p>Sumber: www.pamperedchef.com</p>

Salah satu hidangan yang menggunakan teknik braising adalah *Braised Chicken with potato wedges* dengan bahan dasar ayam potong. Berikut adalah langkah-langkah dalam proses pembuatan *Braised Chicken with potato wedges* yang akan dijelaskan pada tabel 2.31 sebagai berikut.

Tabel 2.31
Langkah-Langkah Membuat *Braised Chicken With Potato Wedges* Dengan Teknik *Braising*

Proses Membuat <i>Braised Chicken With Potato Wedges</i>			
 <p>1. Siapkan Alat</p>	 <p>2. Siapka bahan</p>	 <p>3. Masukkan margarin</p>	 <p>4. tumis bawang putih</p>

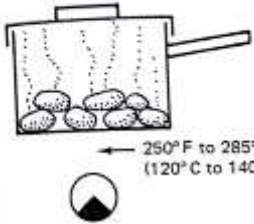
 <p>5. masukan ayam</p>	 <p>6. tumis hingga ayam kecoklatan</p>	 <p>7. Masukan air dan semua bumbu</p>	 <p>8. Tutup deep frying pan</p>
 <p>9. Masukan kentang</p>	 <p>10. masukan bawang bombay aduk</p>	 <p>11. Sajikan</p>	

6) *Stewing*

Stew atau di Indonesia lebih dikenal dengan menumis merupakan teknik memasak bahan makan dalam air atau berbasis cairan, kemudian disajikan tanpa dikeringkan. Suhu yang digunakan relatif rendah pada *temperature simmering* bukan *boiled* agar *flavor* bahan makanan menyatu. Berikut adalah tabel basic cooking teknik yang disajikan pada tabel 2.32 sebagai berikut.






Tabel 2.32
Basic Cooking Teknik Stewing

Gambar	Procedur	Penggunaan
--------	----------	------------

<p>Stewing/Simmering – E</p> <p>With Cover</p>  <p>250° F to 285° F (120° C to 140° C)</p> <p>Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way</p>	<p>Stew ithe fdd a small amount of liquid, or none at all. cover the food and stew over very low heat. when liquid is for med, reduce to serving consistency or reglenish the liquid with stock or water depending on the recipe</p>	<p>For fish , small pieces of meat ,vegetables, and fruit</p>
---	--	---

Hal yang perlu diperhatikan apabila menggunakan teknik *stewing* adalah pilihlah daging yang berkualitas baik, lalu *blanching* terlebih dahulu, potongan rapi bahan yang akan digunakan, sebaiknya menggunakan saus atau kaldu yang kental. Bila perlu kentalkan dahulu menggunakan tepung pati jagung, memasak sebaiknya menggunakan api sedang, sesekali harus di aduk. Berikut adalah alat, bahan dan hasil olahan yang menggunakan teknik *stewing* yang disajikan pada tabel 2.33.

Tabel 2.33
Nama Alat,Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Stewing*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	<p><i>Sauce Pan</i></p>  <p>Sumber: opalcellok.blogspot.co.id</p>	<p>Daging Sapi</p>  <p>Sumber: www.universalmeat.co.uk/</p>	<p><i>Lamb Stew</i></p>  <p>Sumber: americanfood.about.com</p>
		<p>Daging Ayam</p>  <p>Sumber: m.infospesial.ne</p>	<p><i>Chicken Stew</i></p>  <p>Sumber: www.recipeshubs.com/c hicken-stew</p>

Salah satu contoh hidangan yang menggunakan teknik *stewing* adalah *beef stew*, bahan dasar yang digunakan adalah daging has dalam. Berikut adalah langkah – langkah dalam proses teknik *stewing* yang disajikan pada tabel 2.34.

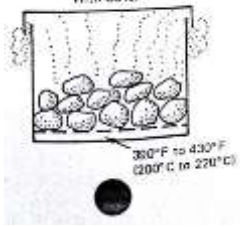

Tabel 2.34
Langkah-Langkah Membuat *Beef Stew* Dengan Teknik *Stewing*
Proses Membuat *Beef Stew*

 <p>1. Potong – Potong Daging Menjadi Kecil</p>	 <p>2. Panas Kan Panci Dan Masukkan Daging</p>	 <p>3. Masak Hingga Kecoklatan</p>	 <p>4. Masukkan Sayuran Yang Teloh Dipotong - Potong</p>
 <p>5. Aduk Hingga Tercampur Semua Bahan</p>	 <p>6. Masukkan Wine</p>	 <p>7. Masukkan Kaldu, Tutup Panci Dan Masak Hingga 1 ½ Dengan Api Kecil</p>	 <p>8. Masukkan Kacang Polong</p>
 <p>9. Aduk Rata Dam Angkat</p>	 <p>10. Sajikan</p>		

7) Steaming





Steaming di Indonesia sendiri dikenal dengan istilah mengukus. Teknik ini menggunakan uap panas dari rebusan air. Pada masakan Eropa, proses ini dikenal dengan istilah *steaming/au vapeur*. Keunggulan dari proses ini adalah dapat mempertahankan bentuk bahan makanan sehingga menarik untuk disajikan dan mempertahankan zat gizi yang terkandung di dalamnya. *Steaming* menggunakan panci yang diisi air yang direbus lalu di atasnya disusun panci yang berlubang untuk memberi kesempatan uap air untuk masuk mengenai makanan. Berikut adalah tabel yang menunjukkan basic cooking teknik steaming pada tabel 2.35

Tabel 2.35
Basic Cooking Teknik

Gambar	Procedur	Penggunaan
<p>1 Steaming – Cuire a vapeur</p>  <p>Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way</p>	<p><i>Without pressure</i> Use a heavy container with a forated base, grating, or basket and heavy cover. Keep boiling water at level beneath the food. Replace water lost by evaporation</p>	
<p>Steaming, continued</p>  <p>Sumber: Klasikal Cooking the Modern Way</p>	<p><i>Under pressure:</i> Wet steam: 1 pressure cookers Dry steam: in high speed steam cooker Best working pressure 5.5 to 7 psi A very fast cookig method folloe equipmet manufacturer's directios</p>	

Prinsip dasar pada proses *steaming* adalah siapkan alat yang telah diisi air, panaskan air hingga mendidih, simpan bahan makanan yang akan diolah diatas panci yang berlubang, tutup rapat dan pastikan tidak ada uap yang keluar. Berikut adalah nama alat, bahan dan hasil olahan yang digunakan dalam teknik *steaming* yang disajikan pada tabel 2.36








Tabel 2.36
Nama Alat,Bahan Dan Hidangan Dalam Teknik *Steaming*

No	Nama Alat	Nama Bahan	Hidangan
1	<p><i>Steamer</i></p>  <p>Sumber: http://shopping.indiatimes.com/</p>	<p>Ikan</p>  <p>Sumber: http://google.com/</p>	<p><i>Steamed With Soy Sauce</i></p>  <p>Sumber: http://www.aflavorofthai.com</p>
			<p>Nasi Tim Ayam Jamur</p>  <p>Sumber: http://www.sajiansedap.com/</p>

Salah satu contoh aplikasi teknik *steaming* adalah pada sayuran. Berikut adalah langkah – langkah dalam melakukan proses *steaming* yang disajikan pada tabel 2.37

Tabel 2.37

Langkah-Langkah Membuat *Vegetables Steamer* Dengan Teknik *Steaming*
Proses Membuat *Vegetables Steamer*

Proses Membuat <i>Vegetables Steamer</i>			
 <p>1. Masukkan Air Kedalam Steamer</p>	 <p>2. Pasang Penyangga Bahan Makanan Dan Nyalakan Api</p>	 <p>3. Potong – Potong Sayuran</p>	 <p>1. Setelah Air Endidih Dengan Mengeluarkan Banyak Uap Masukkan Sayuran.</p>
 <p>2. Tutup Panci Dan Masak Selama 5 Menit</p>	 <p>3. Jika Sudah 10 Menit Angkat</p>	 <p>4. Sajikan</p>	

E. Penelitian Terdahulu

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nurhidaiti, Rifaini yang berjudul “Pemanfaatan Hasil Belajar Masakan Kontinental Pada Praktek Kerja Lapangan Bidang Boga Oleh Mahasiswa Akademi Tata Boga Bandung”. Rata-rata hasil penelitian menunjukkan: kemampuan kognitif berada pada kategori pemanfaatan teori dan praktek pada Praktek Kerja Lapangan Bidang Boga sebesar 74,01%, kemampuan afektif berada pada kategori pemanfaatan teori dan praktek pada Praktek Kerja Lapangan Bidang Boga sebesar 77,57%, kemampuan psikomotor berada pada kategori pemanfaatan teori dan praktek pada Praktek Kerja Lapangan Bidang Boga sebesar 75,63%. Implikasi penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar Masakan

Elies Ariyanty, 2016

ANALISIS PENGETAHUAN KOMPETENSI “TEKNIK DASAR MEMASAK” PADA SISWA KELAS XI SMKN 9 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Kontinental berkaitan dengan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor dimanfaatkan pada Praktek Kerja Lapangan Bidang Boga.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mufidah, Lina (2013) yang berjudul “Pengaruh Metode Edutainment Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Materi Teknik – Teknik dasar Memasak Di SMKN 2 Godean”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) pendapat siswa tentang penggunaan metode *edutainment* pada materi teknik- teknik dasar memasak kompetensi dasar. Prinsip Pengolahan Makanan Kontinental di SMK Negeri 2 Godean masuk dalam kategori cenderung tinggi yaitu 69%. (2). Terdapat perbedaan hasil belajar siswa sebelum dan sesudah pembelajaran yang menggunakan metode *edutainment*, hal ini ditunjukkan dengan memiliki nilai *pretest* rata-rata (*mean*)= 14, sedangkan nilai *posttest* memiliki rata-rata = 24,3 sedangkan nilai terhitung *pre-test* sebesar 9.771 sedangkan terhitung *post-test* sebesar 4.838 dan lebih besar daritabel pada taraf signifikansi 5% (2,402) dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan hasil belajar siswa sebelum dan sesudah pembelajaran yang menggunakan metode *edutainment*.

Menurut Penelitian yang dilakukan oleh Supriati, Rina(2011) yang berjudul “Pengaruh Penguasaan Kompetensi Menggunakan Teknik Dasar Pengolahan Makanan Terhadap Kesiapan Praktek Kerja Industri Di Kitchen Hotel”. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai Koefisien Korelasi sebesar 0,718 yang berada pada kategori tinggi dan Koefisien Determinasi (KD) sebesar 51,51% yang artinya bahwa penguasaan “Kompetensi Menggunakan Teknik Dasar Pengolahan Makanan” memberikan pengaruh terhadap Kesiapan Prakerin di *kitchen* hotel sebesar 51,51%, sisanya sebesar 48,49% dipengaruhi oleh faktor lain.

Menurut penelitian yang dilakukan juga oleh Umbarawaty (2016) menunjukkan bahwa pengetahuan *higiene* dan *sanitasi* berkaitan dengan aspek persiapan pengolahan makanan sebagai kesiapan Prakerin dengan nilai rata – rata 68% berada pada kategori baik.